

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск

на 22 июля 2026 года

от 1-го до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

2,70	3,72	20,52	124,80	Каша жидкая молочная манная	180
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
2,76	8,49	16,45	153,00	Бутерброд с маслом	45
7,83	14,22	48,93	353,63	ИТОГО:	375

2-й Завтрак

0,95	0,00	19,19	80,18	Сок яблочный осветленный	190
0,74	1,00	7,62	40,60	Печенье	10
1,69	1,00	26,81	120,78	ИТОГО:	200

Обед

0,20	0,36	0,44	5,85	Салат из зелёного горошка	7
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с	180
3,18	2,02	0,16	34,12	мясными фрикадельками	20
13,28	5,37	2,21	110,63	Котлета Сочная	52
3,13	7,66	16,46	147,35	Рагу овощное (3-й вариант)	150
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,31	0,42	17,39	60,90	Хлеб пшеничный	35
27,08	19,57	70,91	550,21	ИТОГО:	594

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,64	4,00	6,40	80,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	160
8,65	15,04	16,41	263,81	Ватрушка с творогом	110
0,40	0,40	9,80	44,00	Плоды свежие (яблоко)	100
18,77	24,04	32,89	450,81	ИТОГО:	410

Медсестра СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск:

Землякова О.Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск

на 22 июля 2026 года
от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

3,00	4,13	22,80	138,67	Каша жидкая молочная манная	200
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,12	12,69	24,57	228,56	Бутерброд с маслом	55
9,97	19,23	61,73	458,22	ИТОГО:	435

2-й Завтрак

0,96	0,00	19,29	80,60	Сок яблочный осветленный	191
1,85	2,50	19,05	101,50	Печенье	25
2,81	2,50	38,34	182,10	ИТОГО:	216

Обед

0,20	0,36	0,44	5,85	Салат из зелёного горошка	7
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
3,18	2,02	0,16	34,12	мясными фрикадельками	20
13,28	5,37	2,21	110,63	Котлета Сочная	52
3,13	7,66	16,46	147,35	Рагу овощное (3-й вариант)	150
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,63	0,66	17,39	95,70	Хлеб пшеничный	55
28,99	20,23	76,78	614,65	ИТОГО:	664

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,70	4,05	6,48	81,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	162
9,05	15,73	17,15	275,80	Ватрушка с творогом	115
0,40	0,40	9,80	44,00	Плоды свежие (яблоко)	100
19,22	24,78	33,71	463,80	ИТОГО:	417

Медсестра СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск:

Землякова О.Г.